

# L'Echo des Relais

Janvier 2023

## Dans ce numéro :

Edito	1
Dossier : Une maison plus saine pour l'accueil des jeunes enfants	2
Article : Crises et colères : comment gérer les décharges émotionnelles des enfants ?	4
La vie des RPE... en images	
Idees de recette et d'activité	6
Questions d'AM	
A vos agendas !	
Planning Amélie	7
Planning Coralie	8

## Edito

Une fin d'année 2022 marquée par une météo fraîche mais, je l'espère, par une ambiance chaleureuse dans votre cadre professionnel et personnel.

Les Relais Petite Enfance, en écho avec l'actualité, mais surtout par conviction, ont pu amorcer à vos côtés de nouveaux projets, résolument tournés vers le respect de notre environnement. Comment ne pas être sensible, lorsque l'on accompagne les jeunes enfants sur le chemin de l'autonomie, à la réduction de nos déchets ou encore à tous ces petits gestes contribuant à améliorer la qualité de l'air à l'intérieur de nos domiciles ? Je sais que les Relais, entourés par les services de PMI et du service « collecte des déchets » de la Communauté de Communes continueront de vous accompagner dans cette réflexion en 2023.

Je souhaite à chacune de pouvoir s'approprier les nouveaux réflexes qui nous permettront de contenir les effets de la crise énergétique, des dérèglements climatiques, et de garantir une vie saine aux enfants d'aujourd'hui qui seront les adultes de demain. D'autres temps forts vous attendront, je laisse l'équipe vous dévoiler en temps et en heure le programme des festivités !

Que cette fin d'année vous permette de vous reposer, de profiter des êtres chers, d'être gâtées et choyées afin d'aborder 2023 avec envie et énergie !

Bernard ESPUGNA,

Vice-président petite-enfance, enfance, jeunesse et affaires scolaires.



## ZOOM SUR... LES AVANTAGES DE LA FORMATION A DISTANCE AVEC EDUMIAM

La formation Edumiam est une formation digitale sur application associée à une classe virtuelle avec un expert ainsi qu'un accompagnement personnalisé. Les formations sont disponibles **tous les 25** de chaque mois toute l'année, sans minimum d'inscrits requis. Elles sont prises en charge à **100% par IPERIA** de la même manière que d'autres formations en présentiel, et sont également rémunérées sur le même taux horaire.

Quelques avantages :

- Il est possible de gérer son temps comme on le désire.
- La formation est variée et ludique (quiz, vidéo, support pédagogique, résumé imprimable en fin de période...)
- Le contenu de la formation est disponible pendant 4 mois. Cela permet de revenir sur les thèmes que l'on désire.
- Il n'y a pas d'obligation de rendre des comptes.

*Merci à Christelle et Amélie de Baule pour ces retours.*



SITE

Retrouvez les RPE sur le site :

<https://www.ccterresduvaldeloire.fr/listes/petite-enfance/>

CONTACTS

Les Relais Petite Enfance

- Pour joindre Amélie BOUVIER : 1 rue de l'Abattoir 45190 BEAUGENCY  
 rpe.terres.balgentiennes@ccterresduvaldeloire.fr / 06 31 38 64 05

- Pour joindre Coralie AUDOUIN : 2 rue Pierre Gailly 45130 BAULE  
 rpe.terres.ardoux@ccterresduvaldeloire.fr / 06 80 44 12 27

## DOSSIER :

## UNE MAISON PLUS SAINNE POUR L'ACCUEIL DES JEUNES ENFANTS

Lors de la soirée animée par Mme Agnès Barbot, puéricultrice du Conseil départemental en santé-environnement, plusieurs apports théoriques autour des polluants ont été transmis.

Un atelier pour repérer ces polluants au sein d'une maison a été proposé avec quelques astuces pour les diminuer. Un second atelier a eu lieu autour des produits cosmétiques et ménagers : ce qu'il faut éviter d'utiliser, comment les choisir, transmission de recettes à faire soi-même...

Voici un récapitulatif :

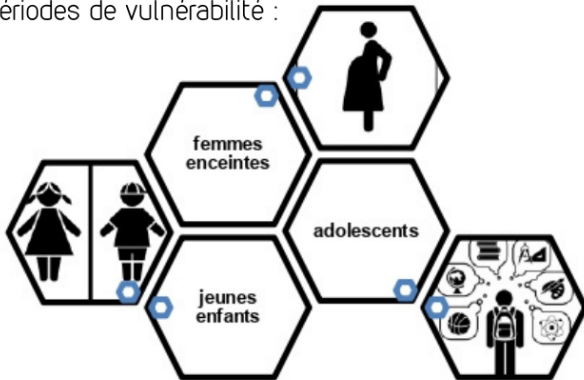
### Qu'est-ce qu'un perturbateur endocrinien ?

Selon Santé Publique France, un perturbateur endocrinien est une substance chimique ou naturelle qui peut venir perturber notre système hormonal, empêcher le bon fonctionnement de notre organisme.

### Où trouve-t-on les perturbateurs endocriniens ?

Dans notre environnement quotidien : l'alimentation et les boissons, les contenants alimentaires et les ustensiles de cuisine, les produits cosmétiques, les produits ménagers, les textiles, les jouets et les loisirs créatifs, le mobilier et la décoration, etc.

Nous sommes tous exposés mais il existe des périodes de vulnérabilité :



Les perturbateurs endocriniens sont suspectés de contribuer à l'apparition de certaines maladies : troubles de la fertilité, malformations génitales, puberté précoce, maladies chroniques (obésité, diabète type 2), cancer hormonodépendants (sein, prostate), troubles du neurodéveloppement...

### Comment les perturbateurs endocriniens entrent dans notre organisme ?



**par inhalation**  
(qualité de l'air intérieur)

**par ingestion**  
(alimentation et boissons)



**par la peau**  
(produits cosmétiques)

### Pourquoi la petite enfance est une période plus vulnérable ?

- Les organes sont encore immatures (notamment le système pulmonaire et neurologique) ;
- Un enfant respire plus vite et inhale plus de polluants qu'un adulte ;
- Il boit plus et mange plus en proportion qu'un adulte par kilo de poids corporel ;
- Il est plus proche du sol et explore plus leur environnement avec leurs mains et leur bouche.

**Les bonnes pratiques :**



Préférer des **produits ménagers simples** (bicarbonate de soude, vinaigre blanc, savon noir...) ou des **produits écolabellisés**



**Aérer** 10 minutes 2 fois par jour et lors de toute activité polluante (ménage, cuisine...) même en hiver



**Dépoussiérer** en aspirant régulièrement et en utilisant une lingette microfibre

**Assainir l'air intérieur de ma maison**



**Vérifier** les systèmes de ventilation de la maison  
**Faire entretenir** les appareils à combustion 1 fois par an par un professionnel



**Se laver les mains**



Choisir des cosmétiques plus sains pour la peau des jeunes enfants



Utiliser des **produits cosmétiques qui se rincent** : privilégier l'eau et le savon surgras pour le change



**Lire les étiquettes** : Utiliser des produits cosmétiques de composition simple avec une liste d'ingrédients courte



**Eviter l'utilisation des huiles essentielles** déconseillée chez la femme enceinte et l'enfant de moins de 7 ans



**Diminuer** le nombre, la fréquence d'utilisation et la quantité appliquée de produits cosmétiques



Privilégier les **produits cosmétiques écolabellisés**



Ne pas réchauffer les contenants alimentaires et les biberons en **plastique au micro-ondes**



Pour la vaisselle, le stockage et la cuisson des aliments, privilégier **le verre, la porcelaine ou l'inox**

**Manger sans pesticides et sans polluant**



**Laver et éplucher** les fruits et légumes en privilégiant les produits locaux et de saison, si possible bio



**Eviter l'utilisation** des poêles et casseroles avec revêtements **anti-adhésifs**

**Besoin d'informations ou de conseils en santé environnement ?**

Pour le Loiret, vous pouvez contacter la puéricultrice santé environnement de la PMI : agnes.barbot@loiret.fr / 02 38 25 46 69 ou 06 46 77 67 02

Pour le Loir-et-Cher, les puéricultrices du service PMI sont disponibles pour répondre à toutes vos questions : 02 54 58 54 78

**Des ressources complémentaires :**

- L'application MA MAISON SANTE disponible sur smartphone
- <https://www.1000-premiers-jours.fr/fr/agir-sur-son-environnement>
- <https://wecf-france.org/ressources/livret-assistantes-maternelles/>
- [www.projetfees.fr](http://www.projetfees.fr)
- Sur notre site internet, retrouvez toutes les recettes de produits : <https://www.ccterresduvaldeloire.fr/listes/petite-enfance/>



Accompagner les enfants lorsqu'ils sont en colère est au cœur de votre travail de professionnelle de la petite enfance. Accueillir les émotions de l'enfant (quelles soient positives ou négatives), c'est lui donner la possibilité de **libérer ses tensions, reconnaître ce qui le traverse** et lui permettre d'acquiescer une **sécurité intérieure** stable.

Les colères dérangent et sont sources de nombreux questionnements. Il faut bien reconnaître que la colère de l'enfant déclenche souvent la colère de l'adulte. Plusieurs raisons à cela : la contagion émotionnelle, les habitudes éducatives, l'impuissance de l'adulte, un sentiment de rejet face à l'enfant qui ne veut pas être consolé, etc.

La moutarde vous monte au nez ? Voici quelques pistes de postures professionnelles à adopter :

- **Respirer** profondément ;
- **Tenez le cap** : ne cédez pas ! Limites, interdits et frustrations vont l'aider à bien se structurer
- **Soutenir l'enfant et accueillir ses émotions** : rappelez-vous ce qu'il est en train de vivre, il ne le fait pas exprès ! Soyez calme, attentive, sécurisante, rassurante, chaleureuse et empathique. Eviter d'isoler l'enfant, l'attachement et la proximité physique vont lui permettre de s'apaiser et de réguler ses émotions. Ne pas hésiter à contenir l'enfant qui se fait mal, si c'est impossible, déplacez le dans un espace sécurisé (coussins, tapis, etc.) ;
- Identifier **le déclencheur de la colère pour y répondre de manière efficace**. Il s'agit souvent d'un besoin non satisfait (faim, fatigue, insécurité, autonomie, affection, attention, dépense physique, expérimentation), de l'expression d'une frustration ou encore d'une décharge de stress.



#### A distance :

Revenir sur ce que vient de vivre l'enfant en **nommant les émotions** ressenties, ce qui se passe dans son corps et la cause de tout cela. Supports possibles : lecture de livres sur le sujet, dessin, imagier des émotions ou encore jeux d'imitation ;

Parler des moments positifs et de ses compétences. Exprimer votre **confiance en lui** et sa capacité à grandir ;

Reconnaître le **registre sensoriel** de l'enfant pour adapter votre réponse : des paroles réconfortantes si l'enfant est auditif, un contact physique s'il est plutôt tactile, rester dans son champ de vision s'il est visuel, etc. ;

**Montrer l'exemple** : exprimer honnêtement vos propres sentiments et besoins, réguler votre comportement en leur présence et ne pas céder à la colère ou l'agressivité ;

Identifier les signes précurseurs de violence pour apprendre aux enfants à **rediriger l'énergie de colère** vers des actes non violents. Outils possibles : utiliser un coussin de la colère, souffler, gribouiller, trépigner, chiffonner du papier, etc. ;

**Respecter** les besoins de l'enfant, **rappeler** le cadre et le **prévenir** de tout changement permettent à l'enfant de mieux appréhender son environnement et donc ses émotions ;

Se balader dans la nature, écouter de la musique, rire, pratiquer de l'exercice physique (vive la motricité libre 😊), jouer à des jeux de chahut sont autant d'activités qui aident à la **régulation émotionnelle**. Et pour rappel : pas d'écran avant 3 ans.

#### Face aux parents :

Ne pas limiter les transmissions du soir à ces moments difficiles (voir les réserver à une communication par sms), **partager aussi le positif** afin d'éviter d'enfermer l'enfant dans une identité « d'enfant colérique » ;

**Rassurer** les parents quant aux colères de leur enfant : dédramatiser, expliquer, donner vos astuces.



Selon I. Filliozat, il existe 3 types de colères chez le jeune enfant :

Les **crises de rage** ou colères liées au besoin de décharger son stress : typiquement la colère du supermarché ! ;

Les colères liées à une **affirmation des limites personnelles**. Elles permettent de réparer l'intégrité, de faire respecter ses limites, son autonomie, son espace, ses affaires ;

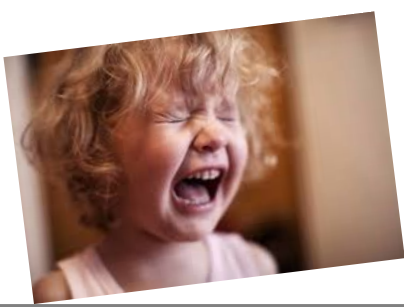
Les colères liées à la **frustration** de ne pas réussir ou de ne pas satisfaire ses désirs.

Toute **émotion** se décompose en **3 phases** :

**La charge** = réaction de notre organisme ;

**La tension** = l'émotion « monte » dans notre corps ;

**La décharge** = lorsque la tension accumulée finit par « éclater » pour s'échapper de notre corps. Seule cette étape permet à l'enfant de se décharger de son émotion. Il est donc important de ne pas l'empêcher de la vivre en lui mettant une tétine dans la bouche ou en le distrayant !



**Quelques vidéos :**

[I. Fillozat, émotions et crises de rage à la lumière des neurosciences](#)

[Dis-moi... Pourquoi l'enfant ne contrôle pas ses colères ?](#)

[Dis-moi... Pourquoi aider l'enfant à nommer ses émotions ?](#)

[Dis-moi... Comment aider l'enfant à mieux gérer ses émotions ?](#)

**Formations :** Ipéria / Edumiam / Forma Sante, etc :  
Comprendre les émotions pour mieux accompagner l'enfant au quotidien.

**Bibliographie pour petits et grands**



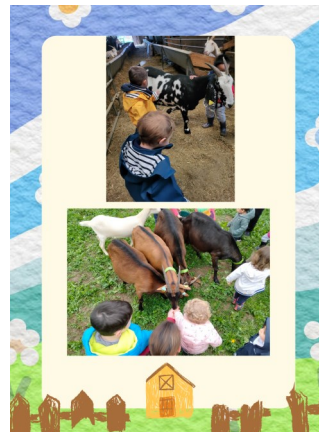
**La vie des RPE... en images**



Ferme pédagogique à Dry  
15 septembre



Vergers du Biaunais  
29 septembre



Chèvrerie Lailly-en-Val et Cravant  
13 et 18 octobre



Semaine du goût à Baule et Beaugency  
14 octobre



Spectacle Circus à Messas  
22 novembre



Matinées « tri des déchets »  
à Lailly-en-Val et Beaugency  
21 et 25 novembre



Matinée verte à Tavers / Matinée rouge à Baule  
12 et 16 décembre



# Idées de recette et d'activité...

## Arbre des saisons

### Matériel :

- papier cartonné
- papier adhésif pour couvrir les livres
- feuilles d'automne, fleurs, etc.



- Evider le papier cartonné de manière à former un tronc d'arbre en conservant un cadre
- Poser le gabarit sur le papier adhésif
- L'enfant colle les matériaux ramassés lors des promenades
- Refermer avec du papier adhésif



**Le mug-cake cookie** *à mémoriser!*

- Faites fondre le beurre au micro-ondes. Ajoutez le sucre et le jaune d'œuf. Puis mélangez.  
2 c à s de beurre, 2 c à s de sucre, 1 jaune d'œuf
- Ajoutez la farine, mélangez.  
2 c à s de farine
- Ajoutez le chocolat coupé en morceaux et une goussée de vanille.  
2 c à s de pépites de chocolat
- Mélangez le tout et mettez 1 minute au micro-ondes à la puissance maximale.  
ATTENTION C'EST CHAUD!

EN 5 MIN

www.mam-actives.fr

Merci à Christine, Pamela de Lailly-en-Val ainsi qu'Emilie de Tavers



## Questions d'AM

Question de Christine (Lailly-en-Val):

**Y-a-t-il vraiment de moins en moins d'assistantes maternelles ?**

Selon des données publiées récemment par la DREES (Direction de la Recherche, des Études, de l'Évaluation et des Statistiques), en dehors des MAM en augmentation, tous les chiffres liés aux agréments, à l'activité, au nombre de places et aux crèches familiales poursuivent leur baisse.

(Ctrl+clic pour suivre le lien) [Nombre d'assistantes maternelles en baisse](#)

Et sur vos secteurs, qu'en est-il ? Voici quelques exemples :

	Nb d'AM agréées en 2019	Nb d'AM agréées en 2020	Nb d'AM agréées en 2021	Nb d'AM agréées en 2022
Baule	17	14	14	12
Beaugency	56	55	58	51
Cravant	5	6	8	6
Lailly-en-Val	28	26	27	21

## A vos agendas !!

### Janvier

Judi 19 janvier

Rencontre sportive avec les jeunes du foyer socio-éducatif au collège de Beaugency.

### Février

Vendredi 3 février

Matinée journal à Beaugency

Nous vous attendons nombreuses pour participer à la rédaction de ce nouveau numéro.

### Mars

Mardi 7 mars

Représentation de cirque au collège de Beaugency

Semaine nationale de la petite enfance du 20 au 24 mars.

Judi 23 mars

Carnaval à Meung-sur-Loire

### Avril

31 mars - 1er et 2 avril

Salon du livre jeunesse à Beaugency et Ouzouer-le-Marché. Thème : Un autre regard.

Mardi 11 avril

Spectacle « Roule ma boule » par la Cie Double Jeu à Lailly-en-Val, salle Val Sologne à 10h.

Judi 13 avril

Visite de la déchetterie de Villorceau



## Mais aussi...

### Motricité

Des séances sont prévues sur plusieurs communes de vos secteurs.

### Val de Lire et Médiathèque

Plusieurs matinées sont à noter dans chaque commune entre janvier et avril

### Médiation animale

A la demande de beaucoup d'entre vous, Clémence Chapeau de l'association la Clé des champs revient dès le mois de janvier avec ses animaux sur des temps de 30 minutes environ avec 6 enfants marcheurs maximum à Beaugency ou à Cléry.

### Jardin partagé

Un nouveau partenariat avec le jardin partagé de Cléry-Saint-André.



## PLANNING ACCUEILS-JEUX AMELIE

pour le RPE Terres balgentiennes

- Vacances scolaires
- RPE fermé / animatrice en formation
- Semaine Nationale de la Petite Enfance



Val de Lire



Médiathèque



Médiation animale





Motricité

JANVIER		FEVRIER		MARS		AVRIL		
D	1	M	1	M	1	S	1	Salon du livre
L	2	J	2	J	2	D	2	Salon du livre
M	3	V	3	V	3	L	3	
M	4	S	4	S	4	M	4	Cravant
J	5	D	5	D	5	M	5	
V	6	L	6	L	6	J	6	
S	7	M	7	M	7	V	7	Beaugency
D	8	M	8	M	8	S	8	
L	9	J	9	J	9	D	9	
M	10	V	10	V	10	L	10	FERIE
M	11	S	11	S	11	M	11	Spectacle Roule ma boule Lailly-en-Val
J	12	D	12	D	12	M	12	
V	13	L	13	L	13	J	13	Visite déchetterie
S	14	M	14	M	14	V	14	Beaugency
D	15	M	15	M	15	S	15	
L	16	J	16	J	16	D	16	
M	17	V	17	V	17	L	17	
M	18	S	18	S	18	M	18	
J	19	D	19	D	19	M	19	
V	20	L	20	L	20	J	20	
S	21	M	21	M	21	V	21	
D	22	M	22	M	22	S	22	
L	23	J	23	J	23	D	23	
M	24	V	24	V	24	L	24	
M	25	S	25	S	25	M	25	
J	26	D	26	D	26	M	26	
V	27	L	27	L	27	J	27	
S	28	M	28	M	28	V	28	
D	29			M	29	S	29	
L	30			J	30	D	30	
M	31			V	31			Salon du livre


# PLANNING ACCUEILS JEUX CORALIE


pour le RPE Terres d'Ardoux

Horaires variables en fonction des lieux

 Vacances scolaires  
 RPE fermé

 Val de Lire

 Médiation animale

 Réunion journal

 Motricité

 Au jardin partagé

Janvier		Février		Mars		Avril		
D	1	M	1	M	1	S	1	Salon du Livre
L	2	J	2	J	2	D	2	
M	3	V	3	V	3	L	3	
M	4	S	4	S	4	M	4	Baule
J	5	D	5	D	5	M	5	
V	6	L	6	L	6	J	6	
S	7	M	7	M	7	V	7	
D	8	M	8	M	8	S	8	
L	9	J	9	J	9	D	9	
M	10	V	10	V	10	L	10	
M	11	S	11	S	11	M	11	
J	12	D	12	D	12	M	12	
V	13	L	13	L	13	J	13	
S	14	M	14	M	14	V	14	
D	15	M	15	M	15	S	15	
L	16	J	16	J	16	D	16	
M	17	V	17	V	17	L	17	
M	18	S	18	S	18	M	18	
J	19	D	19	D	19	M	19	
V	20	L	20	L	20	J	20	
S	21	M	21	M	21	V	21	
D	22	M	22	M	22	S	22	
L	23	J	23	J	23	D	23	
M	24	V	24	V	24	L	24	
M	25	S	25	S	25	M	25	
J	26	D	26	D	26	M	26	
V	27	L	27	L	27	J	27	
S	28	M	28	M	28	V	28	
D	29			M	29	S	29	
L	30			J	30	D	30	
M	31			V	31			